



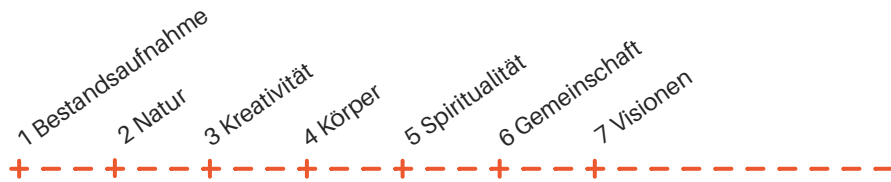
CHECK-UP FÜR MEIN LEBEN

Check-up für mein Leben ist ein intensiver Prozess, in dem an sieben Terminen verschiedene Lebensräume von Gemeinschaft bis Spiritualität untersucht werden. Im Anschluss an diesen Prozess gibt es zwei weitere optionale Nachbereitungstermine – einmal nach sieben Wochen und einen zweiten Termin nach sieben Monaten.

Während des Prozesses wirst du dich in jedem Bereich mit der Frage beschäftigen:
"Wo stehe ich, wo will ich jetzt sein, wo will ich noch hin?"
In welchen Bereichen meines Lebens bin ich zufrieden, in welchen Bereichen möchte ich etwas ändern, meine Perspektive verschieben?

ANDREA
RAKERS

...erfahrene Beraterin, Coachin, Therapeutin und Diplompädagogin begleitet und unterstützt dich einfühlsam und lösungsorientiert mit gezielten Fragen und Übungen in deinem Prozess.



Nachbereitung (opt.):
+ Wurzeln
+ Perspektiven

Für wen?

Für Alle (ab 16 Jahren), die sich Zeit für sich selbst nehmen wollen, die ihr Leben aus verschiedenen Perspektiven betrachten möchten, die neugierig und offen sind, sich auf einen intensiven Prozess einzulassen, die Freude an behutsam begleiteten Übungen haben, die neue bereichernde persönliche Erfahrungen machen wollen und die Lust auf eine Lebensinventur haben.

Format:

Sieben Termine á ca. 45 min online oder ca. 60 min als Präsenztreffen
Zeit für Einzelübungen zwischen den Kursen

Optional:

Zwei Nachbereitungstermine nach sieben Wochen und sieben Monaten

Ort:

Online oder unter Auflage der Hygieneauflagen als persönliche Treffen oder als Spaziergang in der Natur

Bei Interesse sendet mir bitte eine E-Mail an info@andrea-rakers.de

CHECK-UP FÜR MEIN LEBEN

ANDREA
Kurse. Beratung. Perspektiven. **RAKERS**

Diplompädagogin
Theaterpädagogin
Klinische Theatertherapeutin

www.andrea-rakers.de